

Apakah *hemodialisis* itu ?

Terapi hemodialisis dilakukan dengan menggunakan pengganti ginjal berupa tabung dialyzer, yang berfungsi untuk membuang sampah dan kelebihan zat kimia serta cairan yang berlebihan dalam tubuh



MANAGEMENT PERAWATAN DIRI PADA PASIEN HD

- *Pembatasan cairan*
- *Pengaturan diet*
- *Pengobatan dan akses vascular*
- *Sudut Pandang pasien tentang konsep perawatan diri*

Namun demikian pasien hemodialisis dapat mengupayakan untuk hidup sehat dengan penyesuaian gaya hidup yang tentunya membutuhkan dukungan dari medis, perawat, pasien, keluarga dan lingkungan sekitar



Pengaturan diet dan nutrisi

Beberapa hal yang perlu diperhatikan :

1. Makanlah secara teratur, porsi kecil tapi sering
2. Diet hemodialisis ini harus direncanakan perorangan, sehingga perlu diperhatikan makanan kesukaan pasien.
3. Untuk membatasi banyaknya cairan, masakan lebih baik dibuat dalam bentuk tidak berkuah misalnya : ditumis, dikukus, dipanggang, dibakar, digoreng.
4. Bila ada edema (bengkak di kaki), tekanan darah tinggi, perlu mengurangi garam dan menghindari bahan makanan seperti minuman bersoda, kaldu instan, ikan asin, telur asin, makanan yang diawetkan, vetsin, bumbu instan.
5. Hidangkan makanan dalam bentuk yang menarik sehingga menimbulkan selera.
6. Makanan tinggi kalori seperti sirup, madu, permen, tetapi hendaknya tidak diberikan dekat waktu makan.
7. Agar meningkatkan cita rasa gunakan lebih banyak bumbu –Bumbu seperti bawang, jahe, kunyit, salam, dll
8. Cara untuk mengurangi kalium dari bahan makanan : cucilah sayuran, buah, dan bahan makanan lain yang telah dikupas dan dipotong – potong, kemudian rendamlah dalam air pada suhu 50 - 60°C (air hangat) selama 2 jam. Kemudian bahan makanan dicuci dalam air mengalir selama beberapa menit.

PEMBATASAN CAIRAN

- Diet cairan adalah pembatasan asupan cairan pada pasien hemodialisis untuk mencegah penambahan X berat badan $X > 0.5 \text{ Kg} / \text{hari}$

Cara Membatasi Asupan Cairan

Cara Membatasi Asupan Cairan

500 ml + Urin/24 jam = cairan yang diminum

500 ml + 200 (urin) /24 jam = 700 ml cairan yang diminum (sehari)

Batasi asupan buah-buahan yang mengandung air

Batasi makanan bernatrium tinggi



Bagaimanakah pengobatan dan Penatalaksanaan pasien

Konsultasikan obat yang diresepkan dokter terkait aturan konsumsi seperti waktu, dosis, dan efek samping yang mungkin muncul Pastikan minum obat sesuai anjuran dokter dan laporkan efek samping yang muncul Berikut beberapa cara penatalaksanaan yang umum dilakukan

- 1. Zat besi***
- 2. Eritropoetin***
- 3. Anti hipertensi***
- 4. Tambahan vitamin b12 dan asam folat***
- 5. Suplemen kalsium Kepatuhan pasien dalam menjalankan terapi dialysis yang diprogramkan dan menjalankan pemeriksaan rutin terhadap kondisinya setiap bulan***

Perawatan akses HD (Hemodialisa)

Akses vascular bagian yang sangat penting dari prosedur HD, Memberikan HD yg optimal pada pasien Menghubungkan sirkulasi antara sirkulasi darah di tubuh pasien dengan sirkulasi darah ekstrakorporeal (di luar tubuh pasien). Perawatan akses vaskuler Mencegah infeksi, mempertahankan seumur hidup, akses vaskuler Mencapai adekuasi HD

Apa saja yang harus diperhatikan

- ***Untuk fistula (saluran) atau graft (jaringan atau organ untuk melakukan transplantasi atau implantasi)***
- ***Lakukan penekanan daerah tusukan pada sesi terminasi (proses, cara mengakhiri) HD selama 10-15 menit***
- ***Membawa kasa setiap waktu, disimpan di tempat yang mudah dijangkau***
- ***Di rumah, sangat penting untuk menjaga akses agar tetap bersih***

Untuk kateter

Periksa tanda-tanda infeksi, jaga kassa penutup kateter agar tetap kering, lindungi kassa pembungkus yang tahan air sebelum mandi, jika kateter keluar, tekan secara langsung ke kulit dengan menggunakan handuk bersih atau lap mandi

Yang tidak boleh dilakukan

- *Menarik kateter*
- *Melepaskan benang bedah yang menahan kateter pada tempatnya dengan sengaja*
- *Mengizinkan penggunaan kateter untuk IV atau pengambilan bahan pemeriksaan laboratorium oleh petugas lain*
- *Melepas tutup atau mengeluarkan klem dari kateter*

Tips untuk mengembangkan dan mempertahankan fistula

- ***Ball Squeezer (Bola untuk memeras/melatih tangan)***
- ***Finger Tip Toucher (Sentuhan Ujung Jari)***
- ***Choother Pingrasp (Pegangan Pena lainnya)***

Latihan fisik

Tahap yang dapat dilakukan

- 1. Identifikasi kemampuan melakukan aktivitas dan Latihan***
- 2. Rencanakan aktivitas dan latihan***
- 3. Rencanakan penggunaan alat bantu***
- 4. Melakukan aktivitas dan Latihan***
- 5. Monitor perkembangan***

Bahagia memperkuat imun

Lakukanlah hal-hal menyenangkan seperti berkebun, bercengkerama dengan keluarga serumah, melakukan panggilan jarak jauh atau mengirim pesan elektronik pada sanak saudara yang tinggal berjauhan, memasak untuk keluarga, mendengarkan musik, dan melakukan kegiatan keagamaan

